

Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«Станция юных туристов г. Челябинска»



Принята на заседании
педагогического совета
от «31» августа 2021 г.
Протокол № 1



УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБУДО
«СЮТург. Челябинска»


Ю.В. Кондратенков

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**
туристско-краеведческой направленности
«Азбука туризма и краеведения»

Возраст обучающихся: 8 - 14 лет

Срок реализации: 2 года

Автор-составитель:
Ермакова Елена Анатольевна,
педагог дополнительного образования



Челябинск 2021 год

Информационная карта программы

Учреждение	Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Станции юных туристов г. Челябинска»
Полное название программы	«Азбука туризма и краеведения»
Ф.И.О., должность, категория	Ермакова Елена Анатольевна, методист, первая категория, педагог дополнительного образования, высшая категория
Сведения о программе	
Нормативная база	<ul style="list-style-type: none"> - ФЗ «Об образовании в РФ» N 273-ФЗ от 29 декабря 2012 года (с изменениями 2019 года); - Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; - СанПиН 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)»; - Устав МБУДО «СЮТур г. Челябинска»
Область применения	Дополнительное образование
Вид программы	Общеразвивающая
Тип программы	Модифицированная
Направленность программы	Туристско-краеведческая
Форма обучения	Очная
Форма организации содержания и процесса педагогической деятельности программы	Комплексная
Уровень реализации программы	Базовый уровень
Уровень освоения содержания программы	Общекультурный
Возраст обучающихся	8-14 лет
Продолжительность реализации программы	2года
Рассмотрена на педагогическом совете	Протокол заседания педагогического совета МБУДО «СЮТур г. Челябинска» № 1 от 31.08. 2021 г.

Содержание

№	Название раздела	№ страниц
Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы		
1.1	Пояснительная записка	4
1.2	Цель и задачи программы	7
1.3	Содержание программы	9
1.4	Планируемые результаты	29
Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий		
2.1	Календарный учебный график	35
2.2	Учебный план	36
2.3	Условия реализации программы	38
2.4	Формы аттестации и оценочные материалы	41
2.6	Список литературы <i>для педагогов, для учащихся и родителей</i>	42

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы.

1.1. Пояснительная записка

Программа «Азбука туризма и краеведения» разработана в соответствии с требованиями Федерального Государственного образовательного стандарта основного общего образования (Стандарты второго поколения. Планируемые результаты основного общего образования. – М.: Просвещение, 2010), на основе типовой программы «Юные туристы-краеведы» Смирнова Д.В., Константинова Ю.С., Маслова А.Г.(2004г.), анализа инновационных образовательных программ победителей и призеров Всероссийского конкурса образовательных программ, образовательных программ участников Всероссийского конкурса педагогов дополнительного образования «Сердце отдаю детям», анализа концепций туристско-краеведческого образования наряду с общими идеями: формирования у воспитанников целостной картины мира, умение найти свое место в жизни.

Общеобразовательная программа «Азбука туризма и краеведения» основывается на следующих нормативных документах:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 года с изменениями 2019 года.

2. Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 19.12.2019г. №702/811 «Об утверждении общих требований к организации и проведению в природной среде следующих мероприятий с участием детей, являющихся членами организованной группы несовершеннолетних туристов: прохождения туристических маршрутов, других маршрутов передвижения, походов, экспедиций, слетов и иных аналогичных мероприятий, а также указанных мероприятий с участием организованных групп детей, проводимых организациями, осуществляющими образовательную деятельность,

и организациями отдыха детей и их оздоровления, и к порядку уведомления уполномоченных органов государственной власти о месте, сроках и длительности проведения таких мероприятий»;

4. СанПиН 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)»;

5. Устав МБУДО «Станция юных туристов г. Челябинска».

Направленность программы «Азбука туризма и краеведения» - туристическо-краеведческая. Программа направлена на развитие познавательных навыков обучающихся по изучению природы, истории, культуры родного края, формирование навыков экскурсионной и походной деятельности.

Туризм – это путешествия, а путешествия всегда манили людей. Ведь во время путешествий человек может окунуться в прошлое, увидеть новые места, познать окружающий мир, получить массу впечатлений и полезных знаний. И век высоких технологий позволяет совершать интересные путешествия, не выходя из дома, но это несравнимо с теми ощущениями и эмоциями, которые человек получает в естественной среде, путешествуя с рюкзаком. Программа «Азбука туризма и краеведения» носит выраженный деятельностный характер, создает возможность активного практического погружения детей в туристско-краеведческую деятельность.

Туризм и краеведение едины, краеведение - это содержательная, а туризм - техническая составляющая единого процесса туристско-краеведческой деятельности, ведь туризм невозможен без элементов познания края.

В процессе туристско-краеведческой деятельности расширяется кругозор, развивается мышление, происходит приобретение многих важных для жизни

общеобразовательных и специальных знаний, накапливается положительный опыт поведения, создаются благоприятные условия для формирования основ здорового образа жизни и морально-нравственных качеств личности.

Программа «Азбука туризма и краеведения» ориентирована на формирование гармонично развитой и социально ответственной личности в рамках реализации муниципальной составляющей региональных проектов «Успех каждого ребенка» и «Социальная активность» национального проекта «Образование».

Новизна программы заключается в её интегративном характере и в использовании ресурса интеллектуального, физического, духовного и креативного развития детей. С одной стороны, это возможность варьировать виды туризма (пеший, водный, экспедиционный), степень и категорию сложности в зависимости от возраста и опыта участников, с другой стороны - это использование образовательного потенциала туризма (проектная деятельность - разработка туристических маршрутов, приобретение управленческих навыков, овладение методами обучения и исследования, формирование профессионального самоопределения и т.д.).

Программа построена в форме своеобразного «образовательного маршрута» - путешествия в окружающую среду с элементами ее познания. «Образовательный маршрут» предполагает организацию предметно-развивающей среды и личностно ориентированную деятельность, соответствующая уровню подготовленности обучающихся.

Отличительной особенностью данной программы является и то, что освоение части программного материала возможно дистанционно с использованием новых информационно-коммуникативных технологий.

Туристско-краеведческая деятельность **актуальна** в настоящее время, так как способствует всестороннему развитию личности ребенка; направлена на совершенствование его интеллектуального, духовного и физического развития; приобретению навыков самостоятельной деятельности; переосмыслению взаимоотношений и человека и природы. **Актуальность программы**

обусловлена не только потребностями и интересами обучающихся, их родителей, но и государственной политикой РФ («Стратегия развития туризма в Российской Федерации на период до 2035 года», распоряжение Правительства РФ от 20.09.2019 № 2129-р (ред.от 23.11.2020))

Педагогическая целесообразность и практическая значимость программы объясняется её социальной значимостью и практической направленностью. Изучение природного, культурного и исторического наследия и Челябинской области и других территорий Российской Федерации идет средствами туризма и краеведения. Туризм и краеведение, дополняя друг друга, являются комплексным средством в деле воспитания и образования обучающихся, и в тоже время очень действенным в силу своей демократичности и гуманности.

При реализации программы создаются условия для отработки практических жизненных ситуаций, по применению знаний, полученных на занятиях. Обучающиеся приобретают навыки выживания в естественных природных условиях, у ребят повышается уровень психологической защищенности от внешней агрессивной социальной среды, развивается коммуникабельность, формируются ценные духовные качества.

1.2. Цель и задачи программы.

Цель программы «Азбука туризма и краеведения»: всестороннее развитие личности ребенка средствами туристско-краеведческой деятельности.

Задачи программы:

Образовательные:

- расширение кругозора и повышение уровня краеведческих знаний обучающихся;
- овладение навыками начальной туристской подготовки и выживания в природной среде;
- совершенствование навыков обеспечения безопасности жизнедеятельности и оказания доврачебной помощи;

-создание условий для профессионального самоопределения и творческой самореализации личности.

Развивающие:

- развитие гармоничной и социально ответственной личности;
- развитие познавательного интереса к туристско-краеведческой деятельности;
- развитие познавательных способностей обучающихся (наблюдательность, внимание, память, умение анализировать, обобщать);
- совершенствовать физические способности школьников;

Воспитательные:

- формирование личности с социально активной жизненной позицией;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;
- воспитание у школьников патриотизма, бережного отношения к природному и культурному наследию родного края;
- воспитание экологической культуры;
- совершенствование нравственного воспитания обучающихся.

1.3. Содержание программы

Учебно-тематический план 1 года обучения

№ п/п	Наименование тем и разделов	Общее количество часов			Форма организации занятий	Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика		
<i>1. Введение</i>		4	2	2		
1.1	Познавательная роль туризма	2	1	1	Беседа, экскурсия	Беседа
1.2	Правила поведения юных туристов. Туристские законы.	2	1	1	Беседа, практическое занятия	Викторина
<i>2. Туристско-бытовые навыки юного туриста</i>		22	9	13		
2.1	Основы безопасности в природной среде	4	2	2	Беседа, практические занятия	Беседа
2.2	Личное снаряжение и уход за ним	2	1	1		Практическая работа
2.3	Групповое снаряжение и уход за ним	2	1	1		
2.4	Организация биваков и охрана природы	2	1	1		
2.5	Установка палаток	2	-	2		Ситуационные игры
2.6	Типы костров	2	1	1		
2.7	Питание в туристском походе	2	1	1		Составление меню
2.8	Физическая подготовка туриста	6	2	4		Подвижные игры, эстафета
<i>3. Краеведение</i>		20	5	15		
3.1	Краеведение. Наш край	2	1	1	Комбинированные занятия (лекции, беседы, экскурсии,	Викторина «Юный краевед»
3.2	История и культура родного края	4	2	2		
3.3	Природа родного края	4	2	2		

3.4	Туристские возможности родного края	10	2	8	викторины, практические занятия)	Презентация «Виртуальная экскурсия о...»
<i>4.Азбука топографии</i>		8	4	4		
4.1	Карта. Основные элементы топографии	2	1	1	Комбинированные занятия (лекции, беседы, практические занятия)	Топографический диктант
4.2	Условные топографические знаки	2	1	1		
4.3	Компас. Работа с компасом	2	1	1		
4.4	Ориентирование по местным предметам	2	1	1		Тестирование
<i>5. Личная гигиена и первая доврачебная помощь</i>		4	2	2		
5.1.	Оказание первой доврачебной помощи	2	1	1	Комбинированные занятия (беседа, практические занятия)	Выполнение практических упражнений, тестовые задания
5.2.	Личная гигиена юного туриста. Профилактика заболеваний	2	1	1		Ситуационные игры, опрос
<i>6.Азбука спортивно-оздоровительного туризма</i>		10	3	7		
6.1	Пешеходный туризм	2	-	2	Комбинированные занятия (беседа, практические занятия)	Выполнение практических упражнений,
6.2	Водный туризм	4	2	2		
6.3	Туристские узлы и их применение	2	1	1		
6.4	Туризм и охрана природы	2	-	2		Ситуационные игры, опрос
Организация и подготовка туристического похода		4	-	4	Практическое занятие	Деловая игра
ИТОГО		72	25	47	Степенной поход	

Учебно-тематический план 2 года обучения

№ п/п	Наименование тем и разделов	Общее количество часов			Форма организации занятий	Формы аттестации (контроля)	
		Всего	Теория	Практика			
<i>1. Введение</i>		8	4	4			
1.1	Познавательная роль туризма	2	1	1	Беседа, экскурсия	Беседа	
1.2	Туристические возможности родного края	2	1	1		Презентация разработанных маршрутов	
1.3	Туристические маршруты Челябинской области.	2	1	1			
1.4	Правила поведения юных туристов	2	1	1	Беседа, практическое занятия	Викторина	
<i>2. Основы туристской подготовки</i>		26	10	16			
2.1	Основы безопасности в природной среде	2	1	1	Беседа, практические занятия	Беседа	
2.2	Факторы риска и факторы выживания. Тактика выживания	4	2	2		Практическая работа	
2.3	Личное и групповое снаряжение.	4	2	2			
2.4	Организация туристского быта	8	2	6			
2.9	Питание в туристском походе	2	1	1			Составление меню
2.10	Физическая подготовка туриста	6	2	4			Подвижные игры, эстафета
<i>3. Краеведение</i>		16	5	11			
3.1	Краеведение. Наш край	2	1	1	Комбинированные занятия (лекции, беседы, экскурсии,	Викторина «Юный краевед», Реферат «Мой край родной»	
3.2	История и культура родного края	2	1	1			
3.3	Природа родного края	4	2	2			
3.4	Природное наследие	2	1	1			

3.5	Сбор краеведческого материала	2	1	1	викторины, практические занятия)	
3.6	Туристские возможности родного края	4	-	4		Презентация «Виртуальная экскурсия о...»
4. Топография и ориентирование		8	4	4		
4.1	Топографическая и спортивная карты.	2	1	1	Комбинированные занятия (лекции, беседы, практические занятия)	Топографический диктант
4.2	Условные топографические знаки	2	1	1		
4.3	Компас. Способы ориентирования.	2	1	1		
4.4	Ориентирование по местным предметам	2	1	1		Тестирование
5. Личная гигиена и первая доврачебная помощь		6	3	3		
5.1.	Оказание первой доврачебной помощи	2	1	1	Комбинированные занятия (беседа, практические занятия)	Выполнение практических упражнений, тестовые задания
5.2.	Личная гигиена юного туриста. Профилактика заболеваний	2	1	1		Ситуационные игры, опрос
5.3	Походная аптечка.	2	1	1		Беседа
6. Спортивно-оздоровительный туризм		6	1	5		
6.1	Виды туризма	2	-	2	Комбинированные занятия (беседа, практические занятия)	Выполнение практических упражнений; ситуационные игры
6.2	Техника и тактика туристского похода. Естественные препятствия	2	1	1		
6.3	Специальная подготовка туриста	2	-	2		
Разработка туристического маршрута		2	-	2	Практическое занятие	Разработка маршрута
ИТОГО		72	27	45	Поход первой категории сложности	

1.4. Содержание учебно-тематического плана.

Содержание программы 1 года обучения.

1. Введение -8 часов

1.1 Познавательная роль туризма -2 часа

-Теоретические занятия (1 час). Инструктаж по ТБ. Введение. Беседа о туризме и работе кружка. Познавательные и развивающие возможности путешествий (воспитание патриотизма; углубление и расширение знаний, полученных в школе; физическая закалка; приобретение трудовых умений и навыков; развитие самостоятельности и инициативы, чувства коллективизма; выполнение общественно-полезной работы и др.). Знаменитые русские путешественники, их роль в развитии нашей страны. История развития туризма в России.

Виды туризма: пеший, водный, горный, лыжный, велосипедный и др.
Разрядные нормы и категории.

- Практические занятия (1 час). Просмотр мультфильмов: «Ох и Ах идут в поход», «Слоненок -турист»; фильмов о русских путешественниках.

- Формы контроля –устный опрос.

1.2Правила поведения юных туристов. Туристские законы -2 часа

*-Теоретические занятия (1 час).*Законы, правила, нормы поведения юных туристов. Права и обязанности участников похода. Распределение обязанностей в группе.

*- Практические занятия (1 час).*Ролевые и ситуационные игры.

2. Туристско-бытовые навыки юного туриста -22 часа

2.1 Основы безопасности в природной среде -4 часа

- Теоретические занятия (2 час). Дисциплина в походе и на занятиях – основа безопасности. Меры безопасности при проведении занятий.

Движение в походе: строй, темп, остановки для отдыха. Обязанности ведущего и замыкающего.

Движение на склонах. Виды склонов: лесистые, травянистые, песчаные, каменистые, снежные.

Движение по заболоченной местности. Водные преграды. Броды и переправы. Техника преодоления естественных препятствий. Меры предосторожности. Страховка и самостраховка.

Значение дисциплины при преодолении естественных препятствий. Основные причины возникновения опасности, связанные с дисциплиной туристов, плохой подготовкой похода, климатическими условиями. Меры предупреждения опасности. Правила поведения туристов в лесу, на воде, при преодолении естественных препятствий, во время грозы. Правила поведения при потере участников группы, отставание. Сигнализация в пути. Сигналы бедствия.

Движение по дорогам (автомобильным и железным) и при их пересечении, по улицам. Характер и качество покрытия дорог. Скорость движения.

- *Практические занятия (2 часа)*. Отработка навыков преодоления естественных препятствий различными способами.

2.2. Личное снаряжение и уход за ним -2 часа

- *Теоретические занятия (1 час)*. Перечень личного снаряжения для одно – трехдневного похода, требования к нему. Типы рюкзаков, спальных мешков, преимущества и недостатки. Правила размещения предметов в рюкзаке. Одежда и обувь для летних и зимних походов. Снаряжение для зимних походов. Подготовка личного снаряжения к походу.

- *Практические занятия (1 час)*. Укладка рюкзака, подгонка снаряжения. Уход за одеждой и обувью в походе (сушка и ремонт).

2.3. Групповое снаряжение и уход за ним -2 часа

- *Теоретические занятия (1 час)*. Групповое снаряжение, требования к нему. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки. Походная посуда. Топоры, пилы. Хозяйственный набор: костровое оборудование, рукавицы, ножи, половник. Ремонтный набор, аптечка.

- *Практические занятия (1 час)*. Уход за снаряжением, его ремонт.

2.4. Организация биваков и охрана природы – 2 часа.

- *Теоретические занятия (1 час)*. Привалы и ночлеги в походе. Бивак дневной и ночной, для дневков. Основные требования к месту привала и бивака (лес, вода, сухая поляна, безопасность, близость к трассе, населенному пункту, наличие топлива).

Организация работы по устройству бивака (выбор места для палаток, костра, определение мест для забора воды и умывания, туалетов, мусорной ямы), заготовка дров.

Установка палаток, размещение вещей в них. Предохранение палаток от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатке. Использование тентов и простейших укрытий.

Организация костра. Костровое оборудование. Выбор и заготовка дров. Правила работы с топором и пилой. Правила хранения и переноски колюще-режущих предметов. Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком.

Охрана природы. Общественно-полезная работа на дневках.

Свертывание бивака. Уборка места привала. Противопожарные меры.

Организация ночлега и нормы поведения туристов в населенных пунктах.

- *Практические занятия(1 час)*. Зарисовка схем правильной разбивки бивака с учетом требований, предъявляемых к месту привала. Игры в пути и на привале. Разучивание и исполнение туристских песен.

2.5. Установка палаток – 2 часа.

- *Практические занятия(2 часа)*. Установка палаток, размещение вещей в них. Предохранение палаток от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатке.

2.6. Типы костров – 2 часа.

- *Теоретические занятия (1 час)*. Типы костров и их назначение. Правила разведения костра.

- *Практические занятия(1 час)*. Обучение пользованию топором, пилой, лопатой. Конструирование типов костров.

2.7. Питание в туристском походе – 2 часа.

- *Теоретические занятия (1 час)*. Значение правильного питания в походе. Калорийность пищи. Набор продуктов. Меню. Хранение продуктов. Приготовление пищи на костре. Использование растений, ягод, грибов. Питьевой режим на маршруте. Выбор и обеззараживание воды. Получение воды при ее недостатке.

- *Практическое занятие (1 час)*. Составление меню и расчет продуктов питания для похода.

2.8. Физическая подготовка туриста – 6 часов.

- *Теоретические занятия (2 часа)*. Краткие сведения о строении, функции организма и влиянии физических упражнений на организм. Значение физической подготовки для туриста. Физическая и морально-волевая подготовка туриста. Закаливание. Утренняя зарядка. Нормативы разрядов и категории путешествий.

- *Практические занятия (4 часа)*. Комплекс упражнений, направленных на развитие и воспитание основных физических качеств, укрепление мышц и связок, совершенствование координации движений.

Подвижные игры на внимание, сообразительность, координацию.

3. Краеведение – 20 часов.

3.1. Краеведение. Наш край – 2 часа.

- *Теоретические занятия (1 час)*. Географическое положение. Рельеф, геология и полезные ископаемые, климат, воды, почвы.

Административное деление области. Население края.

- *Практические занятия (1 час)*. Изучение карты Челябинской области. «Путешествия» по карте.

3.2. История и культура родного края – 4 часа.

- *Теоретические занятия (2 часа)*. Сведения о прошлом нашей области, о событиях и героях. Имена выдающихся людей на карте области.

- *Практические занятия (2 часа)*. Экскурсии: в Краеведческий музей, Памятники истории и культуры города Челябинска (виртуальная экскурсия и по городу).

3.3. Природа родного края – 4 часа.

- *Теоретические занятия (2 часа)*. Понятие о природном сообществе. Природные сообщества Челябинской области (луг, степь, лес, водоем). Типичные обитатели природных сообществ Южного Урала. Видовое разнообразие обитателей леса, степи, луга, водоема. Лекарственные и ядовитые растения.

Человек и природа: история взаимоотношений. Экологические основы охраны природы.

- *Практические занятия (2 часа)*. Изучение видов растений и животных по фотографиям, слайдам, влажным препаратам, гербарным материалам.

3.4. Туристские возможности родного края – 10 часов.

- *Теоретические занятия (2 часа)*. Наиболее интересные места для проведения походов и экскурсий. Памятники истории, культуры, природы. Заповедники и национальные парки.

- *Практические занятия (8 часов)*. Изучение экскурсионных объектов Челябинской области. Виртуальное путешествие по заповедникам, национальным паркам, городам Челябинской области.

Экскурсии: Озеро Смолино-островок древнего океана, Челябинский городской бор.

4. Азбука топографии -8 часов.

4.1. Карта. Основные элементы топографии – 2 часа

- *Теоретические занятия (1 час)*. Виды топографических карт. Значение топографии и топографических карт в народном хозяйстве и обороне государства. Топографические карты в туризме.

Масштаб. Виды масштабов. Рамки географических карт. Защита карты от непогоды в походе, на соревнованиях.

- *Практические занятия (1 час)*. Определение масштаба карты.

Измерение расстояний на карте.

4.2. Условные топографические знаки – 2 часа.

- *Теоретические занятия (1 час)*. Понятие о местных предметах и топографических знаках. Изучение топонимов по группам. Сочетание знаков.

Способы изображения рельефа на картах. Горизонталы, бергштрих, отметки высот, урезы воды. Характеристика местности по рельефу.

- *Практические занятия (1 час)*. Топографические диктанты, упражнения на запоминание знаков, мини-соревнования.

4.3. Компас. Работа с компасом – 2 часа.

- *Теоретические часы (1 час)*. Компас, его устройство, правила обращения с ним. Азимут, определение азимута. Движение по азимуту.

- *Практические занятия (1 час)*. Ориентирование карты по компасу. Определение азимута по карте. Определение азимута на ориентир. Движение по азимуту.

4.4. Ориентирование по местным предметам – 2 часа.

- *Теоретические часы (1 час)*. Суточное движение солнца по небосводу. Полярная звезда и ее нахождение. Приближенное определение сторон горизонта по особенностям местных предметов. Действия в случае потери ориентировки.

- *Практические занятия (1 час)*. Определение сторон горизонта по живым объектам.

5. Личная гигиена и первая доврачебной помощи – 4 часа.

5.1. Оказание первой доврачебной помощи пострадавшим – 2 часа.

- *Теоретические занятия (1 час)*. Медицинская аптечка, ее комплектование, хранение, транспортировка. Перечень и назначение лекарственных препаратов. Личная аптечка туриста.

Профилактика заболеваний и травматизма в походе. Тепловой и солнечный удар, ожоги. Помощь утопающему, обмороженному, пораженному

электрическим током. Простудные заболевания. Укусы насекомых и пресмыкающихся. Пищевые отравления. Желудочные заболевания.

Дикорастущие лекарственные растения, правила их сбора и применение. Ядовитые растения и грибы.

Способы иммобилизации и переноски пострадавшего при различных травмах.

- *Практические занятия (1 час)*. Изучение лекарственных и ядовитых растений и грибов.

Изготовление носилок, разучивание различных видов транспортировки пострадавшего.

5.2. Личная гигиена юного туриста. Профилактика заболеваний – 2 часа.

- *Теоретические занятия (1 час)*. Гигиенические требования в походе. Умывание, купание, закаливание. Требования к одежде и обуви. Питьевой режим. Обеззараживание воды. Требования к жилищу. Предупреждения переохлаждения и обморожений.

- *Практические занятия (1 час)*. Применение средств личной гигиены в походах и во время тренировок. Подбор одежды и обуви для походов, уход за одеждой и обувью.

6. Азбука спортивно-оздоровительного туризма – 10 часов.

6.1. Пешеходный туризм – 2 часа..

- *Теоретические занятия (1 час)*. Основы пешеходного туризма, преодоление естественных и искусственных препятствий. Техника движения по склонам осыпным, лесистым, снежным различной крутизны. Броды через небольшие реки. Преодоление подлеска, высокотравья, заболоченных участков.

- *Практические занятия (1 час)*. Отработка техники преодоления препятствий в условиях учебно-тренировочных занятий.

6.2. Водный туризм – 4 часа.

- *Теоретические занятия (2 часа)*. Специфика водных путешествий, их преимущества и недостатки. Виды туристских судов: байдарки, лодки, катамараны, плоты. Их значение и конструктивные особенности. Устройство

катамаранов. Подготовка и походноеоборудование катамаранов. Нормы загрузки. Ремонтный набор для водного путешествия. Подбор личного снаряжения. Особые требования к одежде и обуви туриста-водника. Снаряжение для рыбной ловли. Особенности упаковки вещей и продуктов. Укладка груза и размещение людей на катамаране. Спасательные средства и их хранение.

- *Практические занятия (2 часа)*. Сборка и разборка катамаранов.

Профилактический ремонт катамаранов. Изготовление герметичной тары.

6.3. Туристские узлы и их применение – 2 часа.

- *Теоретические занятия (1 час)*. Туристские узлы.

- *Практические занятия (1 час)*. Освоение техники вязания узлов.

6.4. Туризм и охрана природы 2 часа

Закон об охране природы. Виды природоохранной деятельности.

- *Практические занятия (2 часа)*. Участие туристов в охране и преобразовании природы.

Содержание программы 2 года обучения.

1. Введение -8 часов

1.1 Познавательная роль туризма -2 часа

-*Теоретические занятия (1 час).*Туристские путешествия. История развития туризма. Роль туристских походов, путешествий и экскурсий в формировании характера человека, воспитании патриотизма и углублении знаний, приобретении трудовых навыков и воспитании самостоятельности, чувства коллективизма.

История освоения России, знаменитые русские путешественники и исследователи. Книги о путешествиях и их авторы: Обручев, Арсеньев, Федосеев и др.Туристские традиции коллектива.

Виды туризма: пешеходный, лыжный, водный, горный, велосипедный, спелеотуризм.

- *Практические занятия (1 час).* Виртуальная экскурсия «Наследие Земли Уральской»

1.2. Туристские возможности родного края – 2 часа.

- *Теоретические занятия (1 час).*Туристские возможности края. Обзор экскурсионных объектов, музеев. Особо охраняемые территории родного края.

- *Практические занятия (1 час).* Работа с картами, атласами, путеводителями, литературой, справочниками. Виртуальные экскурсии по заповедным уголкам Южного Урала.

1.3. Туристские маршруты Челябинской области – 2 часа.

- *Теоретические занятия (1 час).*Туристские возможности и маршруты Челябинской области. Обзор экскурсионных объектов, музеев.

- *Практические занятия (1 час).*Путешествия по Южному Уралу с помощью интерактивной карты.

1.4Правила поведения юных туристов. Туристские законы -2 часа

- *Теоретические занятия (1 час).*Кодекс юных туристов. Права и обязанности участников похода. Распределение обязанностей в группе.

- *Практические занятия (1 час).* Ролевые и ситуационные игры.

2. Основы туристской подготовки – 26 часов.

2.1 Основы безопасности в природной среде -2 часа

- *Теоретические занятия (1 час).* Безопасность - основное и обязательное требование при проведении походов и занятий. Ответственность каждого члена группы перед собой и другими членами группы в соблюдении мер безопасности. Правила дорожного движения для пешеходов. Порядок движения группы в населенном пункте, вдоль дорог, при пересечении дорог.

Техника и тактика в туристском походе. Изучение, разведка сложных участков маршрута. Определение способов их преодоления. Естественные препятствия в туризме: лесные заросли, завалы, склоны, реки, болота, осыпи, пороги на реке.

- *Практические занятия (1 час).* Отработка техники движения по дорогам, тропам, по ровной и пересеченной местности, по лесу, кустарнику, через завалы, по заболоченной местности, по травянистым склонам.

2.2. Факторы риска и факторы выживания. Тактика выживания 4 часа.

- *Теоретические занятия (2 часа).* Природные особенности региона путешествия. Материально-техническое обеспечение. Психологические аспекты взаимоотношений в группе участников.

Субъективные (неорганизованность, несоблюдение техники безопасности, технические и тактические ошибки и т.д.) и объективные (лавина, пожар, метеорит, град) факторы.

- *Практические занятия (2 часа).* Решение ситуационных задач.

2.3. Личное и групповое снаряжение – 4 часа

- *Теоретические занятия (2 часа).* Личное и групповое снаряжение, основные требования к нему: легкость, прочность, безопасность эксплуатации, удобство использования, гигиеничность, эстетичность. Правила упаковки снаряжения в рюкзаке и размещения в палатке. Обувь и уход за ней. Сушка обуви и одежды в походе.

Специальное снаряжение: веревки вспомогательные и основные, страховочные системы, карабины.

Кухонное оборудование для летних и зимних походов. Хранение и переноска режущие - колющих инструментов.

- *Практические занятия (2 часа)*. Подготовка личного снаряжения к походу с учетом сезона года и условий похода.

Изготовление, усовершенствование и ремонт снаряжения.

2.4. Организация туристского быта (8 часов)

- *Теоретические занятия (2 часа)*. Привалы и ночлеги, требования к местам привалов и ночлегов:

- жизнеобеспечение (наличие воды и дров);
- безопасность (удаленность от населенных пунктов, отсутствие сухих и гнилых деревьев, расположение на высоких берегах рек);
- комфортность (освещенность, продуваемость, эстетичность поляны).

Типы костров и их назначение. Костровое оборудование.

- *Практические занятия (6 часов)*. Определение мест, пригодных для организации привалов и ночлегов; развертывание и свертывание лагеря (бивака).

Работа группы на привале. Установка палаток в различных условиях. Заготовка дров. Разведение костра при неблагоприятных условиях (сырая погода, сильный ветер, туман). Заготовка растопки.

2.5. Питание в туристском походе - 2 часа.

- *Теоретические занятия (1 час)*. Особенности питания в многодневном походе. Режим питания. Калорийность, вес и нормы дневного рациона. Составление типовых меню, раскладок продуктов на день.

Способы уменьшения веса продуктов (использование сублимированных продуктов, возможности заброски и пополнения продуктов на маршруте).

Использование рыбы, грибов, дикорастущих растений, ягод в походном питании. Ядовитые грибы и ягоды.

- *Практические занятия (1 час)*. Составление меню по норме закладки продуктов и списка продуктов.

1.5. Физическая подготовка – 6 часов.

- *Теоретические занятия (2 часа).* Роль и значение специальной физической подготовки для роста мастерства туристов. Индивидуальный подход в решении задач специальной физической подготовки.

- *Практические занятия (4 часа).* Комплекс упражнений на развитие выносливости; развитие быстроты, силы; гибкости, на растягивание и расслабления мышц.

Подвижные игры на внимание, сообразительность, координацию.

3. Краеведение – 16 часов.

3.1. Краеведение. Наш край – 2 часа.

- *Теоретические занятия (1 час).* Географическое положение, природные условия и ресурсы края. Геологическое строение и полезные ископаемые края. Главные черты рельефа области, его влияние на формирование микроклимата, гидрографии края, растительного и животного мира. Формирование современного рельефа.

Климатические факторы и их влияние на распространение растений и животных, хозяйственную деятельность человека. Характеристика климата края. Фенологические наблюдения.

- *Практические занятия (1 час).* «Путешествие» по карте.

3.2. История и культура родного края – 2 часа.

- *Теоретические занятия (1 час).* История и культура. Экскурсионные объекты на территории края: исторические, архитектурные, природные, другие памятные места. Музеи.

Промышленные и сельскохозяйственные предприятия.

- *Практические занятия (2 часа).* Посещение экскурсионных объектов (Краеведческий музей). Сбор сведений о наиболее значимых событиях и известных людях области.

3.3. Природа родного края – 4 часа

- *Теоретические занятия (2 часа).* Общие свойства природных комплексов. Общая характеристика природных комплексов родного края.

Основные царства живой природы, их краткая характеристика. Значение растений в природе и жизни человека. Растительный мир родного края. Редкие и исчезающие растения и их охрана. «Красная книга» растений. Лекарственные растения края и их использование.

Обзор животного мира края. Редкие и исчезающие животные края. «Красная книга» животных.

- *Практические занятия (4 часа)*. Изучение видового разнообразия растений и животных Челябинской области: по фотографиям, гербариям, влажным препаратам, живым объектам. Экскурсии: Экологическая тропа в Шершневском бору (Краеведческий музей).

3.4. Природное наследие – 2 часа.

- *Теоретические занятия (1 час)*. Географические особенности и туристские возможности Челябинской области. Легенды родного края. Памятники истории и культуры. Охрана природы. Заповедники и национальные парки.

- *Практические занятия (1 час)*. Виртуальное путешествие по городам Челябинской области.

3.5. Сбор краеведческого материала – 2 часа.

- *Теоретические занятия (1 час)*. Выбор и изучение района похода, разработка маршрута.

- *Практические занятия (1 час)*. Сбор краеведческого материала о районе похода.

3.6. Туристские возможности родного края – 4 часа.

- *Практические занятия (4 часа)*. Работа с картами, атласами, путеводителями, литературой, справочниками. Экскурсии на наиболее интересные экскурсионные объекты. Виртуальные экскурсии по заповедным уголкам Южного Урала.

4. Топография и ориентирование -8 часов.

4.1. Топографическая и спортивная карты – 2 часа

- *Теоретические занятия (1 час).* Топографическая и спортивная карты. Их отличия. Условные знаки топографической и спортивной карты. Изображение рельефа на топографической и спортивной карте. Влияние рельефа на выбор пути движения.

Способы измерения расстояний на карте и на местности. Глазомерный способ определения расстояний. Необходимость постоянной тренировки глазомера. Определение расстояния шагами. Определение пройденного расстояния по времени движения.

Способы определения расстояния до недоступного предмета, определения высоты предмета.

- *Практические занятия (1 час).*

Измерение расстояний на карте с помощью линейки, нитки.

Измерение длины шага, перевод числа шагов в метры.

Определение расстояния до недоступного предмета, ширины реки, оврага. Определение высоты предмета.

4.2 Условные топографические знаки – 2 часа.

- *Теоретические занятия (1 час).* Понятие о местных предметах и топографических знаках. Изучение топонимов по группам. Сочетание знаков.

Способы изображения рельефа на картах. Горизонтали, бергштрих, отметки высот, урезы воды. Характеристика местности по рельефу.

- *Практические занятия (1 час).* Топографические диктанты, упражнения на запоминание знаков, мини-соревнования.

4.3. Компас. Способы ориентирования – 2 часа.

- *Теоретические занятия (1 час).* Компас. Типы компасов. Устройство компаса. Правила обращения с компасом. Ориентир, что может служить ориентиром. Ориентирование компаса и карты. Снятие азимута с карты.

Определение азимута на предмет. Движение по азимуту. Приемы обхода препятствий. Движение через промежуточные ориентиры.

- *Практические занятия (1 час)*. Определение азимута по карте. Движение по азимуту по пересеченной местности. Движение по легенде. Прохождение мини-маршрута.

4.4. Ориентирование по местным предметам – 2 часа.

- *Теоретические часы (1 час)*. Суточное движение солнца по небосводу. Полярная звезда и ее нахождение. Приближенное определение сторон горизонта по особенностям местных предметов. Действия в случае потери ориентировки.

- *Практические занятия (1 час)*. Определение сторон горизонта по живым объектам.

5. Личная гигиена и первая доврачебная помощь – 6 часов.

5.1. Оказание первой доврачебной помощи - 2 часа.

- *Теоретические занятия (1 час)*. Основные приемы оказания первой доврачебной помощи. Приемы транспортировки пострадавшего.

Лекарственные растения, возможности их использования в походных условиях.

- *Практические занятия (1 час)*. Изучение лекарственных растений по гербариям и справочникам.

Оказание первой доврачебной помощи при кровотечениях, переломах, утоплении, ожогах. Применение повязок. Обучение приемам транспортировки пострадавшего.

5.2. Личная гигиена юного туриста. Профилактика заболеваний – 2 часа.

- *Теоретические занятия (1 час)*. Личная гигиена туриста. Одежда и обувь для тренировок, походов и экспедиций. Средства личной гигиены на тренировках, в походах, экспедициях. Помощь при переутомлениях, ожогах, обморожении.

- *Практические занятия (1 час)*. Подбор одежды и обуви для тренировок и походов, уход за ними.

Применение средств личной гигиены на занятиях и в походах.

5.3. Походная аптечка – 2 часа.

- *Теоретические занятия (1 час).* Походная аптечка. Показания к применению лекарственных препаратов. Хранение, транспортировка и пополнение походной аптечки. Личная аптечка туриста, индивидуальные лекарства, необходимые в зависимости от хронических заболеваний.

- *Практические занятия (1 час).* Комплектование походной аптечки.

6. Спортивно-оздоровительный туризм – 6 часов.

6.1. Виды туризма – 2 часа.

6.2. Техника и тактика туристского похода. Естественные препятствия – 2 часа.

- *Теоретические занятия (1 час).* Тактика планирования нитки маршрута. Маршруты линейные и кольцевые. Техника пешеходного туризма, преодоление естественных и искусственных препятствий. Техника движения по склонам осыпным, лесистым, снежным различной крутизны. Броды через небольшие реки. Преодоление подлеска, высокотравья, заболоченных участков.

- *Практические занятия (1 час).* Отработка техники движения и преодоление препятствий.

6.3. Специальная подготовка туриста – 2 часа.

- *Практические занятия (2 часа).* Специальный комплекс упражнений, приемов необходимый для туриста. Отработка навыков преодоления препятствий, навыков работы с веревками и специальным туристским снаряжением.

7. Разработка туристического похода – 2 часа.

- *Практические занятия (2 часа).* Выбор и изучение района похода. Изучение картографического материала и разработка маршрута.

1.4. Планируемые результаты.

На первом году обучения большое внимание уделяется техническим приемам и бытовым навыкам пешеходного и водного туризма, а также обеспечению безопасности, без которых нельзя организовать поход, исследовательскую экспедицию, провести занятия, тренировки. Все занятия строятся так, чтобы обучающиеся проявляли больше самостоятельности, отработывали навыки технической подготовки, походного быта и изучения культурно-исторического наследия родного края.

При изучении тем, связанных с краеведением и экологией, большое внимание уделяется посещению памятников природы, истории, культуры и краеведческих музеев г. Челябинска и Челябинской области.

Краеведческая работа позволит ознакомить обучающихся с реальными объектами и явлениями природы - рельефом, почвами, водными объектами, растениями и животными.

По окончании 1-го года обучения должны сформироваться

знания:

- об истории развития туризма;
- о мерах безопасности и правилах поведения в походах, на привалах, биваках;
- об исторических и культурных памятниках области;
- о топографических знаках;
- об основных экологических понятиях;
- об основах исследовательской работы по изучению природных комплексов.

умения:

- самостоятельно и правильно уложить рюкзак;
- определять стороны горизонта по компасу и природным объектам;
- определять виды растений и животных;

- преодолевать естественные препятствия с использованием туристического снаряжения;

- пользоваться картами и компасом при движении на маршруте;

- применять полученные знания для обоснования охраны природы;

навыки:

- организация туристского быта, установка и сборка палатки, приготовления пищи на костре;

- использование простейших узлов и техники их вязания;

- работы с научно-популярной литературой, справочниками, определителями;

- исследовательской работы в полевых условиях;

- ориентирования по карте и компасу;

- оказания первой доврачебной помощи.

Итогом первого года обучения является подготовка и проведение степенного похода или экспедиции, участие ребят объединения в простейших краеведческих исследованиях.

Программа второго года обучения предусматривает углубление и расширение краеведческих знаний, формирование у обучающихся навыков исследовательской краеведческой работы и практическое участие их в природоохранных мероприятиях, отработку навыков пешеходного и водного туризма, ориентирования. Большое место в программе также отводится обеспечению безопасности при проведении учебных занятий, походов, экспедиций.

У обучающихся продолжают формироваться туристско-краеведческие знания, умения, навыки.

К концу второго года обучения у обучающихся вырабатываются *знания:*

- основных видов туризма, истории туристического движения в России;

- обязанностей по должностям в период подготовки, проведения и подведения итогов похода;

- способов измерения расстояний на карте и на местности;

- основных приемов оказания первой доврачебной помощи;
- краеведческих объектов области;
- геологического строения и полезных ископаемых области;
- биоиндикационных способов определения чистоты воды водоема;
- геоботанических методов описания растительности;
- редких и исчезающих растений и животных региона, лекарственных растений и их использования.

умения:

- пользоваться личным и групповым снаряжением;
- составить меню, плана похода, разработать маршрут и график движения группы;
- составить отчет о проделанной работе;
- пользоваться картой и компасом, изображать местность на карте;
- проводить анализ проб воды простейшими методами, использовать простейшие приборы и оборудование;
- определять виды растений и животных.

навыки:

- оформления гербария, составления коллекций;
- приемов транспортировки пострадавшего;
- самостоятельной работы по развешиванию лагеря, установке палаток, заготовке дров, устройстве костровища;
- использования страховки и само страховки на сложных участках маршрута;
- фенологических наблюдений.

Ожидаемые результаты освоения программного материала по общеобразовательной общеразвивающей программе «Азбука туризма и краеведения»:

Личностные результаты:

- формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности; формирование ценностей многонационального российского общества; становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;

- формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;

- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;

- принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;

- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;

- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Метапредметные результаты:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- использование знаково-символических средств представления информации для создания моделей изучаемых объектов и процессов, схем решения учебных и практических задач;
- активное использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий (далее – ИКТ) для решения коммуникативных и познавательных задач;
- использование различных способов поиска (в справочных источниках и открытом учебном информационном пространстве сети Интернет), сбора, обработки, анализа, организации, передачи и интерпретации информации в соответствии с коммуникативными и познавательными задачами и технологиями учебного предмета; в том числе умение вводить текст с помощью клавиатуры, фиксировать (записывать) в цифровой форме измеряемые величины и анализировать изображения, звуки, готовить свое выступление и выступать с аудио-, видео- и графическим сопровождением; соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета;
- овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям;

- готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;

- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических и др.) в соответствии с содержанием программного материала;

- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

2. Комплекс организационно-педагогических условий.

2.1. Календарный учебный график.

Группы по годам обучения		1 год	2 год
1	Продолжительность освоения программы	2 года	
2	Начало освоения программы	01.09.2020	01.09.2021
3	Окончание освоения программы	31.05.2022	30.05.2023
4	Входной (вводный) мониторинг	02.09.20-01.10.20	02.09.21-01.10.21
	Регламентирование образовательного процесса (режим работы объединения)		
5	Выходные и праздничные дни	Выходной день: воскресенье, понедельник. Праздничные дни, установленные Правительством РФ на 2019-2020 учебный год: 4 ноября – День народного единства; 1,2,3,4,5,6,8 января – Новогодние каникулы; 7 января – Рождество Христово; 23 февраля – День защитника Отечества; 8 марта – Международный женский день; 1,4,5 мая – Праздник Весны и Труда; 9 мая – День Победы; 12 июня- День России.	
6	Каникулы (сроки, продолжительность)	Каникулы зимние: 01-11.01.2021 г. Каникулы летние: 01.06.2021 – 31.08.2021 г.	
	Сроки текущего контроля	В течение учебного года	
8	Сроки промежуточной аттестации освоения программного материала обучающимися	20 -30.11.2020 10-21.03.2021	
9	Дата итоговой аттестации освоения программы	19 – 31.05. 30.05.2022	

2.2. Учебный план.

Учебный план 1 года обучения

№ п/п	Название раздела (курса, модуля, раздела, блока)	Количество часов			Формы аттестации
		всего	теория	практика	
1	Раздел 1. «Введение»	4	2	2	Диагностика уровня подготовленности.
2	Раздел 2. «Туристско-бытовые навыки юного туриста»	22	9	135	Практическое занятие (укладка рюкзака, организация бивака)
3	Раздел 3. «Краеведение»	20	5	15	Викторина «Удивительное рядом»
4	Раздел 4. «Азбука топографии»	8	4	4	Письменный контроль, контрольные задания на местности
5	Раздел 5. «Личная гигиена и первая доврачебная помощь»	4	2	2	Тест по теме «Обеспечение безопасности»
6	Азбука спортивно- оздоровительного туризма	10	3	7	Письменный контроль, контрольные задания на местности
7	<i>Итоговое занятие</i> Организация и подготовка туристического похода	4	-	4	Защита проектов (презентаций) «Маршрут моей мечты»
8	Итого часов	72	25	47	

Учебный план 2 года обучения

№ п/п	Название раздела (курса, модуля, раздела, блока)	Количество часов			Формы аттестации
		всего	теория	практика	
1	Раздел 1. «Введение»	8	4	4	Творческий отчет. Поход выходного дня
2	Раздел 2. «Основы туристской подготовки»	26	8	18	Тестирование
3	Раздел 3. «Краеведение»	16	5	11	Викторина «Удивительное рядом»
4	Раздел 4. «Топография и ориентирование»	8	4	4	Практическое занятие «Ориентирование на местности»
5	Раздел 5. «Личная гигиена и первая доврачебная помощь»	6	3	3	Контрольное занятие по теме «Обеспечение безопасности»
6	Спортивно-оздоровительный туризм	6	2	4	Тестирование
7	<i>Итоговое занятие</i> Разработка туристического маршрута	2	-	2	Защита виртуальных экскурсий
8	Итого часов	72	27	45	

2.3. Условия реализации программы.

Образовательная программа «Азбука туризма и краеведения» рассчитана на детей среднего школьного возраста 10 - 13 лет (5 – бкласс), проявляющих интерес к биологии, экологии, туризму и краеведению. Продолжительность реализации программы - 2 года. Продолжительность занятий - 2 часа, один раз в неделю. Всего –144 часа по 72 часа в год.

В детское объединение «ЭкоТуристы» принимаются все желающие на основании медицинской справки о допуске к занятиям. Наполняемость в группах составляет от 8 до 15 обучающихся, в соответствии с нормативными требованиями организации образования.

Общеобразовательная программа «Азбука туризма и краеведения» комплексная, соответствует современным образовательным технологиям и специфике направленности программы.

Тематические разделы, тесно взаимосвязаны между собой, но самостоятельны по своему внутреннему строению. Программа предусматривает преподавание по «восходящей спирали», то есть периодическое возвращение к определенным темам на более высоком и сложном уровне. При неоднократном повторении материала ребенок получает возможность углубить, дополнить, закрепить свои краеведческие знания, туристские умения и навыки, таким образом при освоении программного материала школьник проходит индивидуальный образовательный путь по двум уровням.

На начальном этапе- уровень усвоения предполагает расширение кругозора школьника и информированности в области туристско-краеведческой деятельности, совершенствование навыков общения и умений совместной деятельности в коллективе;

Средний - предполагает развитие компетентности в данном виде деятельности, овладение основными знаниями на уровне практического применения, умение передавать свой опыт младшим членам коллектива; принимать участие в организации и проведении мероприятий для

своей образовательной организации, работать с младшими членами коллектива, быть помощником педагога.

Порядок изучения тем в целом и отдельных вопросов определяется педагогом в зависимости от местных условий деятельности объединения. Предусматривается возможность внесения изменений и дополнений с учетом специфики образовательной организации.

В зависимости от темы, целей и задач конкретного занятия предлагаемые задания могут быть выполнены индивидуально, группой или коллективно. Занятия интегрированные, различные темы и формы подачи материала активно чередуются в течение занятия – это позволяет сделать работу динамичной и менее утомительной. Изучение каждой темы завершается итоговым занятием. После каждого года обучения за рамками учебных часов планируется проведение зачетного туристского похода, экологической экспедиции, соревнований, сборов.

Формы проведения занятий и методы обучения

Основным методическим подходом в рамках данной программы является «натуралистический» подход, т.е. обучение и воспитание детей в природной обстановке, на примере живых, «реальных» объектов, существующих в естественных условиях.

Основные формы организации занятий:

- организация экскурсий, походов, эколого-краеведческих экспедиций, экспедиционных выездов;
- изучение на местности и описание культурно-исторических объектов, с целью их рационального использования и сохранения;
- лекционные занятия;
- изучение литературных источников, материалов краеведческого музея, документов по истории Челябинской области;
- участие в различных научно-практических мероприятиях (конференциях, конкурсах, олимпиадах, семинарах и т.д.);

- тренировки и практические занятия на местности по топографии, ориентированию и пешеходному и водному туризму;

- познавательные игры, конкурсы и другие массовые мероприятия.

При этом используются следующие методы обучения:

- словесные (устное изложение, беседа, анализ картографического материала, данных исследований, анализ литературных источников);

- наглядные (наблюдение, показ иллюстраций, карт);

- практические (проектная деятельность, общая физическая подготовка).

Материально-техническое обеспечение программы

№ п/п	Наименование основного оборудования	Кол-во единиц
1.	Учебный кабинет скомплексом учебной мебели	1
2.	Компьютер	1
3.	Палатка туристическая с тентом (каркасно-дуговая) четырёхместная	4
4.	Тент от дождя	3
5.	Спальный мешок	17
6.	Коврик теплоизоляционный	17
7.	Костровое оборудование (тросик, таганок, сетка и т.п.)	2
8.	Комплект котелков для приготовления пищи (8, 9, 10 л.)	1
9.	Фонарь налобный	17
10.	Каска туристическая	17
11.	Компас жидкостный	5
12.	Курвиметр	2
13.	Палатка хозяйственная	1
14.	Оборудование для приготовления пищи (примусы, газовые плиты, горелки и т.д.)	2
15.	Карабины туристические (5 карабинов x 17 чел.)	85
16.	Система страховочная	17
17.	Спусковое устройство	17
18.	Жумар	17
19.	Веревка 10 мм	120
20.	Веревка 6 мм	50

21.	Топор туристический	3
22.	Пила двуручная в чехле	1
23.	Перчатки туристические	17
24.	Аптечка медицинская	1
25.	Компас	6
	Ремонтный набор в упаковке	1
Технические средства обучения		
1	Навигационное устройство походного типа	1
2	Зарядное устройство на солнечных батареях	2
3	Фотоаппарат	1
Дидактические материалы		
1.	Учебный наглядно-иллюстрационный материал (карты, таблицы условных знаков, плакат «Туристские узлы» и.д.)	1
2.	Учебные фильмы	

2.4. Форма аттестации и оценочные материалы:

Процесс обучения предусматривает следующие виды контроля:

- вводный - проводится перед началом работы и предназначен для закрепления знаний, умений и навыков по пройденным темам (собеседование, тестирование, практические занятия ит.д.);

- текущий - проводится в ходе учебного занятия и закрепляет знания по данной теме; (диагностика, практические занятия, участие в соревнованиях и т.д.);

- рубежный - проводится после завершения изучения каждого раздела и необходим для закрепления знаний и умений (викторина, практические занятия, однодневный поход, экскурсии, участие в соревнованиях, конкурсах и т.д.);

- итоговый - проводится после завершения всей учебной программы (практические занятия, участие в соревнованиях, конкурсах, многодневный поход т.д.).

Формами аттестации являются диагностические методы, тестирование, открытые занятия, зачеты, творческие отчеты, викторина, соревнование, турнир, зачетный поход и т.д.

Литература:

Для педагога:

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1996
2. Алешин В.М. Серебрянников А.В. Туристская топография. - М.: Просвещение, 1985
3. Антимонов Н.А. Походы школьников по изучению рек, озер и болот родного края. - М., 1979
4. Аппенянский А.И. Методика врачебно-педагогического контроля в туризме. - М., 1990
5. Аппенянский А.И. Физическая тренировка в туризме. - М.: Физкультура и спорт, 1989
6. Банников А.Г. Мир животных и его охрана. - М., 1987
7. Бардин К.В. Азбука туризма. – М.: Просвещение, 1981
8. Берман А.Е. Путешествие на лыжах. - М.: Просвещение, 1968
9. Берман А.Е. Юный турист. - М.: Просвещение, 1977
10. Буковская Г.В. Формирование экологической культуры младших школьников средствами краеведо-туристской деятельности. - М.: Просвещение, 2000
11. Варламов В.Г. Физическая подготовка туристов-пешеходников. - М.: Физкультура и спорт, 1979
12. Васильев И.В. В помощь организаторам и инструкторам туризма. - М., 1973
13. Васильев М.В. Растения и человек. - М., 1988
14. Веретенников Е.И., Дрогов И.А. Общественный туристский актив. - М., 1990
15. Верзилин Н.М. По следам Робинзона. - М.: Просвещение, 1994
16. Вестник детско-юношеского туризма в России. - М.: ЦДТЮиК, 1991
17. Волков Н.Н. Спортивные походы в горах. - М.: Знание, 1974

18. Волович В.Г. Академия выживания. - М., 1996
19. Волович В.Г. Человек в экстремальных условиях природной среды. - М., 1980
20. Востоков И.Е. Классификация пешеходных маршрутов. - М., 1990
21. Ганопольский В.И. Организация и подготовка спортивных туристских походов. - М.: Физкультура и спорт, 1986
22. Ганопольский В.И., Безносиков Е.Я., Булатов В.Г. Туризм и спортивное ориентирование. - М.: Физкультура и спорт, 1987
23. Ганьшина В.Н. Простейшие измерения на местности. - М., 1983
24. Голубев И.В., Новиков Ю.В. Окружающая среда и ее охрана. - М., 1985
25. Государственные символы Удмуртской Республики. - Ижевск: Удмуртия, 1994
26. Зорин И.В., Штюмер Ю.А. Туризм и охрана окружающей среды. - М., 1986
27. Кодыш Э.Н. Соревнования туристов. - М., 1990
28. Кодыш Э.Н. Турслеты и соревнования. - М., 1984
29. Константинов Ю.С. Туристские соревнования учащихся. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1995
30. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. - М.: Профиздат, 1986
31. Край родниковый. Сост. Кулешов П.Ф. - М., 1984
32. Кропф Ф.С. Спасательные работы в горах. - М., 1992
33. Кудинов Б.Ф. Из истории развития туризма. - М., 1986
34. Куликов В.М., Константинова В.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. - М.: ЦДЮТУР МО РФ, 1999
35. Куликов В.М., Ронштейн Л.М. Школа туристских вожаков. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1997
36. Лещинский Л.А. О режиме здоровой жизни. – Ижевск: «Удмуртия», 1987
37. Линчевский Э.Э. Психологический климат туристской группы. - М., 1981
38. Лысогор Н.А., Толстой Л.А., Толстая В.В. Питание туристов в походе. - М., 1980

39. Новиков Ю.В. Охрана окружающей среды. - М., 1993
40. Памятники Отечества. Полное описание России. Удмуртия. Сост. Князева Т.Г. - М.: Редакция альманаха «Памятники России», 1995
41. Панкратов И.Ф., Сыроедов Н.А. Законодательство об охране природы. - М., 1996
42. Пасечный П.С. Туристская работа в трудовом коллективе. - М., 1983
43. Петров А.Д. Люди идут по свету. - Тула, 1986
44. Питание в туристском путешествии. Сост. Толстой Н.А.- М., 1986
45. Русский турист. - М., 1998, 2001
46. Русский турист. Нормативные акты по спортивно-оздоровительному туризму на 2001-2004 г.г. - М., 2001
47. Рюкзак туриста. Сост. Козаков А.А. - М., 1993
48. Самодельное туристское снаряжение. Сост. Лукоянов П.И. - М., 1987
49. Снаряжение для горного туризма. Сост. Директор Л.Б. - М., 1987
50. Снаряжение туриста-водника. Сост. Григорьев В.Н. - М., 1986
51. Стрижев А.Н. Туристу о природе, фенологические наблюдения в походе. - М., 1986
52. Туристские спортивные маршруты. Сост. Попчиков В.Ю. - М.: Профиздат, 1989
53. Тыкуп В.И. Спортивное ориентирование. - М., 1990
54. Уманский Л.И. Психология организаторской деятельности школьников. - М., 1980
55. Уховский Р.С. Уроки ориентирования. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1996
56. Хохлов А.А. Развитие познавательного интереса старшеклассников при изучении памятников истории и культуры в учреждениях дополнительного образования. - Киров, 1998
57. Цвилюк Г.Е. Школа безопасности. - М., 1997
58. Шальков Ю.Л. Здоровье туриста. - М.: Знание, 1987
59. Шимановский В.Ф., Ганопольский В.И., Лукоянов П.И. Питание в туристском путешествии. - М., 1986

60. Шиянов Л.П., Рогаткин А.В. Походы выходного дня. - М., 1985
61. Штюмер Ю.А. Краткий справочник туриста. - М., 1985
62. Штюмер Ю.А. Опасности в туризме, мнимые и действительные. - М., 1983
63. Штюмер Ю.А. Четвертая грань туризма: Общественно-полезная работа туристов, М., 1984
64. Шумилов Е.Ф. Город на Иже. - Ижевск: Удмуртия, 1998
65. Эхольм Э.Ф. Окружающая среда и здоровье человека. - М., 1980
66. Энциклопедия туриста. - М., 1993

Список литературы для детей

1. Бардин К.В. Азбука туризма. - М., 1981.
2. Богданова Д.Я. Занимательная психология спорта, 1-2. - М.: ФиС, 1993-1994.
3. Бубнов В.Г., Бубнова Н.В. Основы медицинских знаний. Спаси и сохрани. Учебное пособие для учащихся 9-11 классов.: Москва. Издательство "АСТ-ЛТД". 1997.
4. Гоголадзе В.Н. Организация и проведение соревнований по поисково-спасательным работам в природной среде. - М., 2000.
5. Кодыш Э.Н. Константинов Ю.С., Кузнецов Ю.А. Туристские слеты и соревнования. -М.: Профиздат, 1984.
6. Кошельков С.А. Обеспечение безопасности при проведении туристских слетов и соревнований учащихся. -М.: ЦДЮТур МО РФ, 1997.
7. Куликов В.М., Ротштейн Л.М. Составление письменного отчета о пешеходном туристском путешествии школьников. -М.: ЦРИБ "Турист", 1983.
8. Лукоянов П.И. Безопасность в лыжных походах и чрезвычайных ситуациях зимних условий. -М.: ЦДЮТурМО РФ, 1998.
9. Маринов Б. Проблемы безопасности в горах. -М.: ФиС, 1981.

10. Первая медицинская помощь пострадавшим при чрезвычайных ситуациях: Учебн.пособие / СПбГУАП. -СПб., 1997.
11. Русский турист. Нормативные акты по спортивно-оздоровительному туризму в России на 1998-2000 гг.. - М., 1998.
12. Тимофеев И.В., Анденко С.А. Первая помощь при травмах и других жизнеугрожающих ситуациях. Санкт-Петербург. Издательство ДНК. 2001.

Электронные ресурсы

1. Начинаящий Ориентировщик или Карта Знает Лучше (режим доступа:

[https://yandex.ru/video/preview/?filmId=5834246905750046716&from=tabbar&parent-reqid=1588053012547847-894505279053291745600291-production-app-host-sas-web-yp-25&text=Начинаящий+Ориентировщик+или+Карта+Знает+Лучше+%28raw+version%29\);](https://yandex.ru/video/preview/?filmId=5834246905750046716&from=tabbar&parent-reqid=1588053012547847-894505279053291745600291-production-app-host-sas-web-yp-25&text=Начинаящий+Ориентировщик+или+Карта+Знает+Лучше+%28raw+version%29);)

2. Видеозанятия по туризму. Проект EDUвход (режим доступа: https://mducekt.mskobr.ru/materialy_dlya_distancionnogo_i_elektronного_obucheniya/videozanyatiya_po_turizmu/).